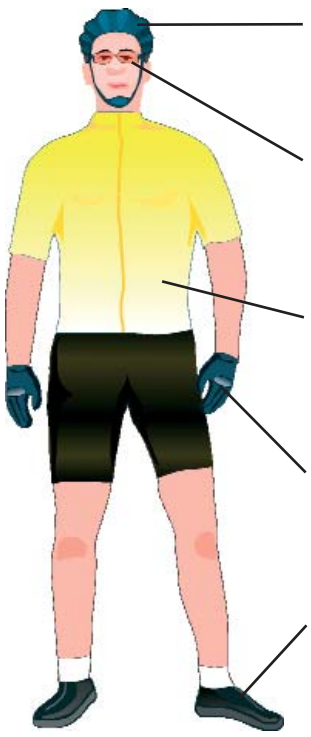
SEGURIDAD VIAL

Para la práctica segura del ciclismo se requiere conocer ciertos aspectos esenciales que benefician su desarrollo. Algunos de ellos se refieren a las indicaciones que tienen que ver con las vías de circulación, como la posibilidad de utilizar los arcenes de las autovías solamente cuando no está prohibido. Por otro lado, los ciclistas pueden formar grupos en la carretera, que serán adelantados ocupando el carril contrario, siempre que la maniobra no conlleve ningún peligro. En cuanto a los elementos principales de la bici, éstos se deben revisar para que estén en buen estado. Además, cuando se monta en bicicleta está prohibido utilizar auriculares con sonido y teléfonos móviles.

POSICIÓN CORRECTA PARA IR EN BICI E INDUMENTARIA

Los ciclistas deben adoptar una postura saludable en la bicicleta. Además, por la noche conviene llevar elementos luminosos o prendas claras o fluorescentes como brazaletes o cascos reflectantes.



CASCO
Reduce los efectos de un accidente.

GAFAS
Evitan la luz, el viento y cualquier objeto.

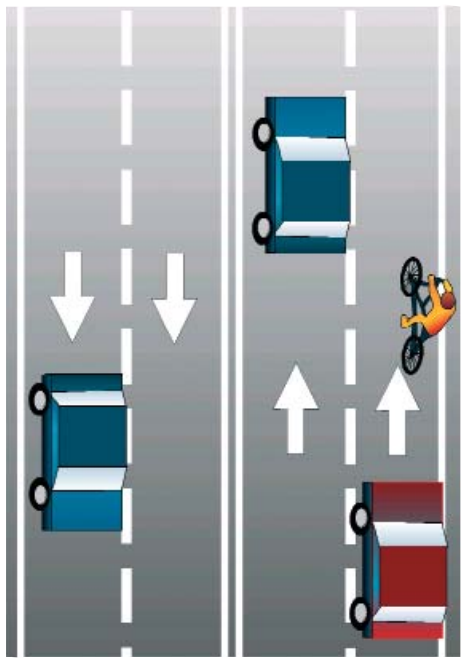
VESTIMENTA
Vestir ropa de color brillante o llamativo.

GUANTES
Facilitan el agarre y protegen las manos.

CALZADO
Las zapatillas se fijan en los pedales.

SEÑALIZACIÓN

Las maniobras se han de realizar lo más rápido posible después de observar al resto de vehículos y comprobar que no existe peligro. Además deben señalizarse con claridad y antelación.

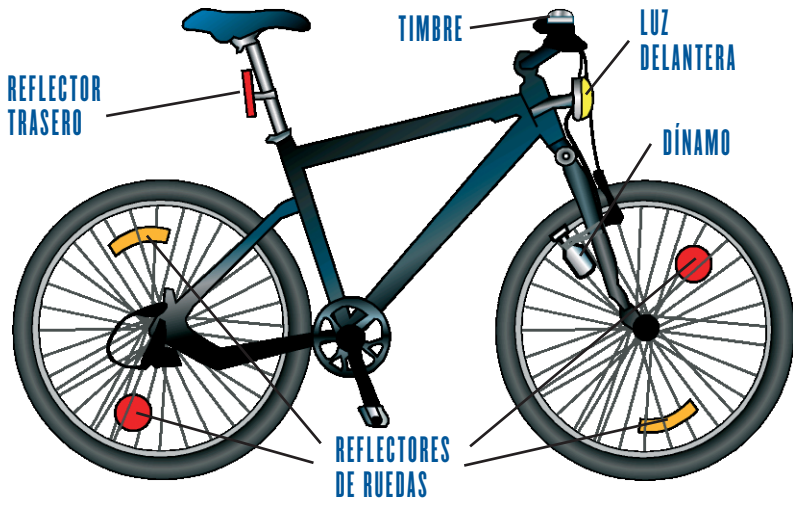


CIRCULACIÓN POR LA VÍA

Los ciclistas deben circular por la vía o la parte de ella que les corresponde en cada momento, y en su defecto por el arcén de la derecha. Además, pueden moverse a una velocidad inferior a los límites mínimos establecidos. En ciertos tramos, como en el caso de los descensos prolongados que tienen curvas, también se permite que las bicicletas ocupen la parte de la calzada que se necesite en la trayectoria.

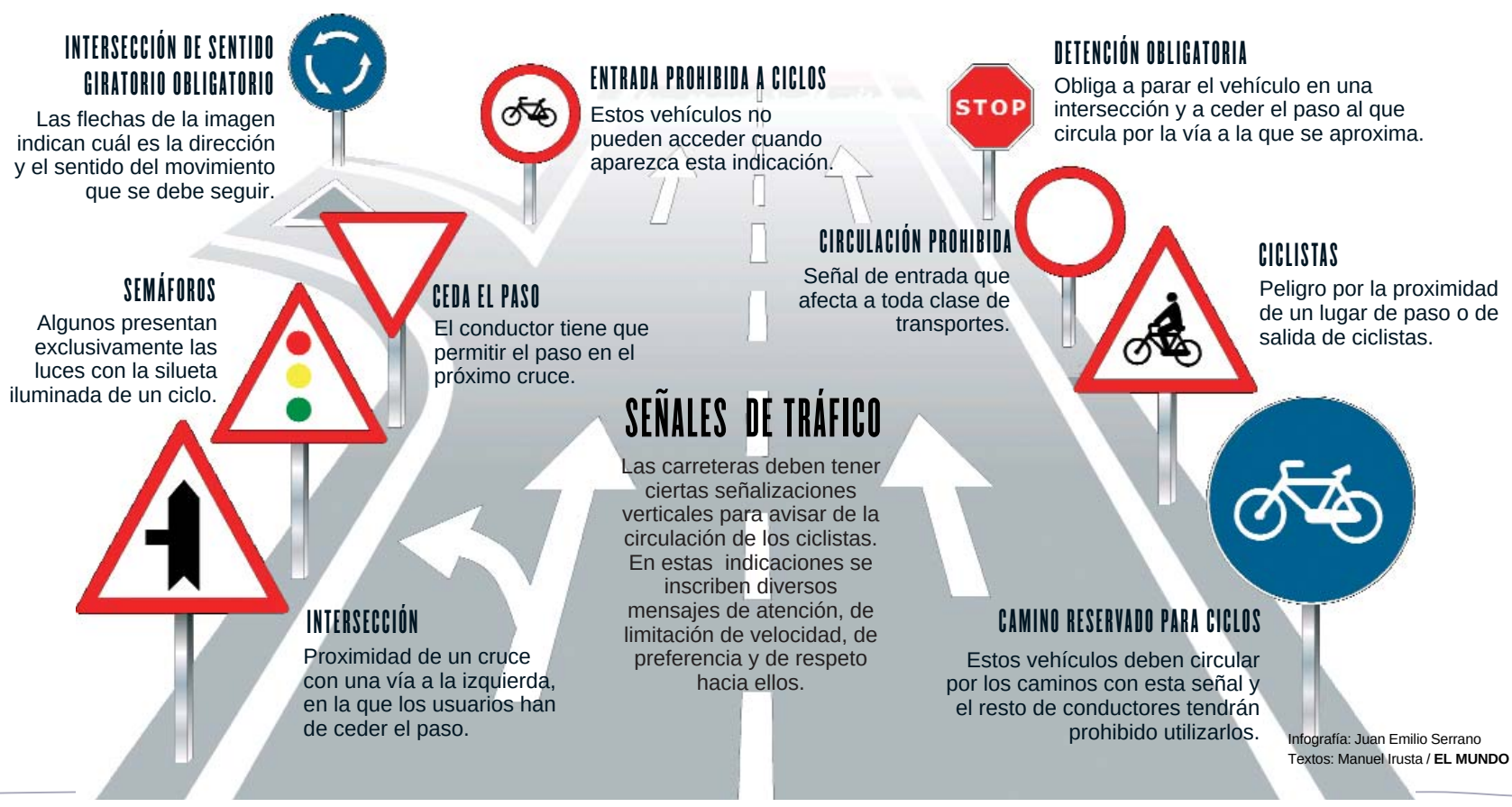
LUCES, REFLECTORES Y SEÑALES ACÚSTICAS

Cuando es de noche, se circula por un túnel o disminuye la visibilidad, las bicicletas necesitan llevar una luz de posición delantera blanca y otra trasera roja. También se puede disponer de reflectantes en los radios.



SEÑALES DE TRÁFICO

Las carreteras deben tener ciertas señalizaciones verticales para avisar de la circulación de los ciclistas. En estas indicaciones se inscriben diversos mensajes de atención, de limitación de velocidad, de preferencia y de respeto hacia ellos.



INTERSECCIÓN DE SENTIDO GIRATORIO OBLIGATORIO
Las flechas de la imagen indican cuál es la dirección y el sentido del movimiento que se debe seguir.

ENTRADA PROHIBIDA A CICLOS
Estos vehículos no pueden acceder cuando aparezca esta indicación.

DETENCIÓN OBLIGATORIA
Obliga a parar el vehículo en una intersección y a ceder el paso al que circula por la vía a la que se aproxima.

SEMÁFOROS
Algunos presentan exclusivamente las luces con la silueta iluminada de un ciclo.

CEDA EL PASO
El conductor tiene que permitir el paso en el próximo cruce.

CIRCULACIÓN PROHIBIDA
Señal de entrada que afecta a toda clase de transportes.

CICLISTAS
Peligro por la proximidad de un lugar de paso o de salida de ciclistas.

INTERSECCIÓN
Proximidad de un cruce con una vía a la izquierda, en la que los usuarios han de ceder el paso.

CAMINO RESERVADO PARA CICLOS
Estos vehículos deben circular por los caminos con esta señal y el resto de conductores tendrán prohibido utilizarlos.

Infografía: Juan Emilio Serrano
Textos: Manuel Irusta / **EL MUNDO**